

問本石岡市役所本庁舎 支八郷総合支所 Tel 43-1111（代表）

お知らせ
児童手当現況届の
提出を忘れずに！

▼児童手当を受けている人は、毎年6月中に児童手当を引き続き受ける要件を確認するための「児童手当現況届」を提出することになっていきます。

提出がない場合、6月以降の手当は、届出があるまで支給されませんのでご注意ください。

該当する人には、通知書を6月上旬までに郵送します。

受付期間

6月11日(金)～6月23日(火)

受付時間

午前8時30分～午後5時15分（土・日を除く。水曜日は、午後7時まで）

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、できる限り

郵送での提出にご協力をお願いいたします。

受付場所

- ・石岡市役所本庁舎1階
- ・メロディアスホール
- ・八郷総合支所市民窓口課

提出書類

- ・児童手当現況届
- ・その他必要に応じて、提出す

る書類があります。郵送する通知書でご確認ください。

問本 とも福祉課
Tel 23・7331

お知らせ
茨城県が医療相談
アプリを無料提供

▼体調不良を医師に相談したいけど、病院に行くのも不安な今。茨城県が(株)AGREが提供する医療相談アプリ「LEBER（リーバー）」を9月30日まで無料でサービス提供すると発表しました。

「LEBER」とは：24時間

365日スマートフォン等を通じて医師に直接医療相談できるアプリケーション

無料期間／9月30日(金)まで

※期間中は新型コロナウイルス感染症に関連する相談をはじめ全ての医療相談が無料。

利用方法／県民向け登録ページから事前登録が必要です。

詳細は県ホームページからご確認ください。



問(株)AGRE
info@leber1.com

0～3歳のお子様がいる世帯

市が対象世帯に、令和3年3月末まで無料相談できるサービス提供を行っています。登録は市ホームページから行ってください。



問子育て世代包括支援センター

Tel 24・1390（石岡）
Tel 43・6655（八郷）

お知らせ
母子保健事業の
予定変更について

▼新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、母子保健事業は、3月以降中止や延期となっております。そのため、乳幼児健康診査は年間予定表や市報掲載の対象者と異なる場合があります。対象者には個別通知を行いますのでご確認ください。

今後とも状況に応じて、急遽変更となる可能性があります。ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

問健康増進課
Tel 24・1386

お知らせ
郵送可能な
請求と手続き

▼市では、来庁せずに郵送で請求、手続きできるものがあります。新型コロナウイルス感染症対策のため、または遠方などにより来庁が困難な人もぜひご利用ください。

郵送で請求できるもの

- 住民票
- 戸籍謄本・抄本等
- 各種税証明書
- 納税証明書
- 完納証明書

- ・所得証明書
- ・課税証明書
- ・非課税証明書
- ・所在証明書
- ・軽自動車用納税証明書

郵送で手続きできるもの

●転出届
請求、手続きの必要書類や手数料などについては、ホームページもしくはお問い合わせにてご確認ください。

問本市民課 Tel 23・7307
(住民票、戸籍、転出届関係)
本税務課 Tel 23・5584
(各種税証明書関係)

こころといのちの電話相談

こころの悩みや心配を誰にも話せず一人で抱えていませんか？

最近は、新型コロナウイルス感染症に関する様々な情報を耳にしたり、行動自粛が続く心身ともに疲れがたまりやすくなっています。

保健センターでは専門の相談員が電話で相談に応じています。

秘密は守られます。一人で辛い気持ちを我慢せず、安心して電話をおかけください。

日時：毎月第2火曜日
9:00～12:00・13:00～16:00
Tel 43-6655（八郷保健センター内）

相談
各種人権
相談窓口

▼全国人権擁護委員連合会では、人権擁護委員法が施行された日を記念して、毎年6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、人権擁護委員制度の周知と人権尊重思想の普及高揚を呼び掛けています。

人権擁護委員は、法務大臣から委嘱された民間人で、地域の方々からの人権に関する相談を受け、問題解決の手伝いを行ったり、地域の方々に人権について関心を持ってもらえるよう、様々な啓発活動を行っています。

各種人権相談窓口／

- ① みんなの人権110番
Tel 0570・003・110
- ② 子どもの人権110番
Tel 0120・007・110
- ③ 女性の人権ホットライン
Tel 0570・070・810
- ④ インターネット人権相談
https://www.jinken.go.jp/



開設日／①～③…月～金（休日除く）

相談時間／①～③…午前8時30分～午後5時15分

④…24時間受付

☎ 社会福祉課

Tel 23・5569

お知らせ
道路後退用地の
受け入れ

▼狭あい道路（セツトバックが必要な道路）に接する土地で建築物を建築する場合、道路の中心から2メートル後退する必要がある場合があります。市では、道路後退用地の分筆測量や塀などの撤去に対する助成制度を設け、後退用地の受け入れを行っています。

ただし、分筆測量や塀などの撤去がすでに完了している場合は、補助の対象になりません。後退用地の受け入れや補助の条件など、詳細はお問い合わせください。

助成額／

分筆測量補助：後退用地の分筆測量に係る費用の2分の

1、かつ20万円を限度に補助
既存塀等の撤去補助：後退用地内にある塀や植栽などの撤去費用を市が定める算定基準により補助

対象者／建築行為のある土地の所有者

申込方法／協議書に必要事項を記入の上、関係書類と共に本庁舎建築住宅指導課窓口へ申し込み。

※協議書は市ホームページからダウンロードできます。



お知らせ
土の採取には
手続きが必要です

☎ 建築住宅指導課

Tel 23・5526

▼市内で土の掘削または切り取りをする際、その面積が500平方メートルまたは採取する土の量が500立方メートル以上となる場合は、土採取事業許可申請が必要です。詳しくはお問い合わせください。

☎ 建築住宅指導課

Tel 23・5526

ヘルスマイトのレシピ紹介／

厚揚げの味噌肉巻



☆豚肉で巻くことで食べごたえがあります。
☆材料も少なく簡単に作ることができます。
☆味噌味でそのままおいしく食べられます。

●材料（3人分）

厚揚げ・・・300g

豚ばら肉・・・6枚

A 白みそ・・・大さじ2

みりん・・・大さじ1と1/2

青ネギ・・・適量

●作り方

①厚揚げを縦に6等分する。

②豚ばら肉を広げ、Aをよくあわせたものを塗る。

③厚揚げに②が外側にくるように巻いていく。

④フライパンにホイルをしき、中火で四面を回しながら色がつくまで焼く。

⑤焼きあがったものに小口切りにした青ネギをトッピングする。

●1人分の栄養成分

（エネルギー 433kcal、食塩相当量 0.8g）